【メガロスルフレ立川南】 Holiday Schedule

11月23日（月・祝）

	Reflet A Studio	Reflet HOT Studio	Reflet B Studio
	営業開始 8:00		
9:30			
10:00		【定員13名】 ホットヨーガ・ベーシック45 10:00-10:45 増田 祥子	【定員12名】 マシンピラティス Total Advance45 10:00-10:45 Eba
10:30			
11:00		【定員13名】 ホットヨーガ・アドバンス45 11:00-11:45 増田 祥子	【定員12名】 マシンピラティス Total Basic45 11:00-11:45 Eba
11:30			
12:00	【定員12名】 Vivistep45 12:00-12:45 Kotomi	【定員13名】 ホットヨーガ・ウエストシェイプ45 12:00-12:45 Nami	【定員12名】 マシンピラティス Back＆Arms45 12:00-12:45 Sayaka
12:30			
13:00			【定員12名】 マシンピラティス Hip＆Legs45 13:00-13:45 Sayaka
13:30	【定員27名】 Group Power 45 13:30-14:15 Kotomi	【定員13名】 ホットヨーガ・ベーシック45 13:30-14:15 ayumi	
14:00			
14:30		【定員13名】 ホットヨーガ・ベーシック45 14:30-15:15 ayumi	
15:00			
15:30			
16:00			
16:30			
17:00			
17:30			
18:00			
18:30	利用終了時間 マシンジム 17：50 プール 17：30まで 施設閉館時間 18：00		
19:00			
19:30			
20:00			